

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Пензенской области

Управление образования администрации Малосердобинского района

МБОУ ООШ с. Топлое

РАССМОТРЕНО

Руководитель РМО

Степанов В.Г.

Протокол №1 от «30» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим
советом МБОУ ООШ
с.Топлое

Протокол №1 от «30» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ ООШ
с.Топлое

Захарова Н.И.
Приказ №57 от «30» 08 23 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Здоровый образ жизни»

для обучающихся 5,7 класса

с.Топлое 2023 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по здоровому образу жизни (далее – ЗОЖ) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС) основного общего образования с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету ЗОЖ, федеральной рабочей программы воспитания.

Настоящая Программа обеспечивает:

ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;

прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования;

возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;

выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

В Программе содержание курса ЗОЖ структурно представлено модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

модуль № 1 Вода и здоровье ученика

«модуль № 2 Закаливание и здоровье

модуль № 3 Забота об организме человека

модуль № 4 Вредные привычки

модуль № 5 Настроение и здоровье

В целях обеспечения системного подхода в изучении учебного предмета ЗОЖ на уровне основного общего образования Программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность → по возможности её избегать → при необходимости

действовать». Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей для человека

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Мало научить ребёнка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо чтобы уже с раннего детства он учился любви к себе, к людям, жизни. Только человек живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров. На уроках здоровья оценок нет. На поставленный вопрос ребёнок может дать любой ответ. Для того чтобы дети без страха включались в обсуждение разных вопросов, не следует отрицательно реагировать на их ответы. Нужно быть всегда доброжелательным, выслушивать ответы, не показывая своего несогласия с позицией ребёнка.

Наиболее целесообразна на занятиях групповая работа учащихся с презентацией полученных группами результатов и выводов для всего класса.

Достижение намеченных образовательных результатов фиксируется на полноте и правильности выполнения обучающимися заданий, выходу на более высокий уровень социальной активности и познавательной самостоятельности, по становлению экологической культуры обучающихся.

Завершается обучение курса итоговым занятием «Здоровье – богатство во все времена» по проблемам здоровья обучающихся и окружающей среды, подготовленной учащимися под руководством классного руководителя, медицинского работника школы, актива родителей.

Изучение курса «Здоровый образ жизни» будет способствовать развитию кругозора обучающихся, их приобщению к мышлению масштабами общества, государства, человечества, участию молодежи в реальном улучшении окружающей среды, совершенствованию своего образа жизни.

ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Целью изучения курса ЗОЖ на уровне основного общего образования является научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться

творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы.

Обобщить и расширить знания учащихся о строении и функциях человеческого организма.

МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебным планом на изучение предмета «ЗОЖ» отводится один час в неделю в 5 классе и 1 час в неделю в 7 классе. из части, формируемой участниками образовательных отношений – всего по 34 часа.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 класс

Введение – 1ч.

Место человека в живой природе. Значение здоровья человека для общества.
Организм человека.

Практическая работа № 1. Взвешивание и измерение организма человека.
Занесение антропометрических данных в «Индивидуальный паспорт здоровья».

Вода и здоровье ученика – 5ч.

Актуализация знаний: Значение воды для здоровья человека.

Закаливание водой. Значение гигиены тела для здоровья.

Правила безопасного поведения на воде.

Практическая работа № 2. Игры и упражнения на воде.

Закаливание и здоровье – 3ч.

Актуализация знаний: Виды закаливающих процедур.

Значение закаливания для организма. Закаливание воздухом и солнцем.
Гигиена закаливания. Значение физической культуры для здоровья человека.

Практическая работа № 3. Составление памятки «Правила закаливания».

Забота об организме человека – 15ч.

Практическая работа № 4. Разучивание точечного массажа.

Практическая работа № 5. Определение срока годности продуктов, состава продуктов.

Практическая работа № 6. Составление примерного дневного меню.

Практическая работа № 7. Определение плоскостопия.

Экскурсия в школьную столовую.

Вредные привычки – 4ч.

Актуализация знаний: Что такое вредные привычки.

Влияние курения и алкоголя на организм человека.

Влияние наркотиков на организм.

Практическая работа № 8. Социологический опрос «Что вы знаете о вреде курения?».

Настроение и здоровье – 3ч.

Актуализация знаний: Что такое настроение? Настроение в школе и после школы. Поведение в школе.

Практическая работа № 9. Овладение приемами аутотренинга.

7класс

Введение – 1ч.

Актуализировать знания уч-ся о роли курса «Уроки здоровья». Развивать познавательный интерес и творческие способности. Воспитывать научное мировоззрение и культуру здоровья.

Наше здоровье -12ч.

Причины и признаки болезней. Виды болезней. Инфекционные болезни. Иммуитет, способы укрепления иммунитета. Прививки от болезней. Аллергия. Пищевые аллергены. Аллергии на лекарства и пыльцу растений. Укусы насекомых.- Какие врачи нас лечат?- Какие лекарства мы выбираем?- Что должно быть в домашней аптечке? Здоровый образ жизни.

Профилактика травм и оказание первой медицинской помощи-21ч.

Виды травм, причины травм. Методы оказания первой помощи. Профилактика травм. Пожарная и электрическая безопасность. Правила безопасного поведения в быту.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Настоящая программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны продемонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ЗОЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

1. Патриотическое воспитание:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга – защите Отечества.

2. Гражданское воспитание:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края,

страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

3. Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

4. Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

5. Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

понимание личностного смысла изучения учебного курса ЗОЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека,;

осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

7. Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

8. Экологическое воспитание:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ЗОЖ, должны отражать:

1. Овладение универсальными познавательными действиями.

Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных

умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;

обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;

проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

2. Овладение универсальными коммуникативными действиями.

Общение:

уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять

предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;

публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;

планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

Самоорганизация:

выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;

аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

Самоконтроль (рефлексия):

давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;

быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты по предметной области «Здоровый образ жизни» должны обеспечивать:

По учебному курсу «Здоровый образ жизни»:

1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;

2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

3) обобщить и расширить знания учащихся о строении и функциях человеческого организма.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Темы занятий	Ко-во часов	Цель	Содержание учебного материала	Методы обучения	Формы организации учебных занят.	Дата проведения
1	Введение	1	Актуализировать знания уч-ся о месте человека в живой природе, науках, изучающих человека. Способствовать развитию познавательных интересов и творческих способностей.	Место человека в живой природе. Анатомия, гигиена человека. Антропометрические данные человека	Беседа, рассказ, диалог, сравнение описание	Практич. раб. №1 Измерение антропометрических данных	
2	Вода и здоровье человека.	5ч.	Актуализировать знания о значении воды для здоровья человека, значение	Значение воды для	Беседа,	Самостоятельна	

	<p>Урок № 1. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.</p> <p>Урок № 2. Гигиена тела.</p> <p>Урок 3. Закаливание водой.</p> <p>Урок № 4. Правила безопасного поведения на воде.</p> <p>Урок №5. Игры и упражнения на воде.</p>	<p>1ч.</p> <p>1ч.</p> <p>1ч.</p> <p>1ч.</p> <p>1ч.</p>	<p>закаливания водой.</p> <p>Способствовать выработке умений и навыков гигиены своего организма.</p> <p>Обеспечивать развитие познавательного интереса.</p> <p>Воспитывать научное мировоззрение, стремление к здоровому образу жизни.</p> <p>Научить правилам безопасного поведения на воде, играм и упражнениям на воде.</p> <p>Развивать и воспитывать коммуникативные качества личности.</p>	<p>здоровья человека.</p> <p>Закаливающие водные процедуры.</p> <p>Эстетические составляющие гигиены тела.</p> <p>Методика закаливания водой</p> <p>Порфирия Ивановна.</p>	<p>рассказ, наблюдение, сравнение, работа со словарем. Частично-поисковый.</p>	<p>я работа в группах. Составление памятки «Правила безопасного поведения на воде». Практич. раб.№2 Разучивание игр и упражнений на воде. Просмотр видео. фильма.</p>	
3	Закаливание и здоровье.	3ч.	Актуализировать знания уч-ся о значении	Значение закаливания для организма	Беседа, диалог,	Фронтальная и групповая работа.	
	<p>Урок № 1. Значение закаливания для организма. Виды закаливания. Гигиена закаливания.</p>	<p>1ч.</p> <p>1ч.</p>	<p>и видах закаливающих процедур, иммунитете.</p> <p>Развивать умения выбирать наиболее приемлемые для себя виды закаливания.</p> <p>Развивать творческие способности уч-</p>	<p>человека. Виды закаливания.</p> <p>Историческая справка о</p>	<p>разучивание комплексов утренней зарядки.</p>	<p>Составление вопросов анкеты. Практич. раб.№3</p>	

	<p>Урок № 2.</p> <p>Значение физической культуры для закаливания. Разучивание подвижных игр</p> <p>Урок № 3.</p> <p>Практическая работа «Составление памятки «Правила закаливания»».</p> <p>Викторина «О пользе закаливания».</p>	1ч.	<p>ся.</p> <p>Воспитывать культуру здоровья.</p>	<p>создании системы закаливания. Правила закаливания. Значение игры и физической культуры в закаливании организма.</p>	<p>Иллюстративно-объяснительный: работа с учебными таблицами.</p>	<p>«Составление памятки «Правила закаливания»</p> <p>Практич. раб. №4 «Точечный массаж».</p>	
4	<p>Забота об организме человека.</p>	15ч.	<p>Актуализировать знания о строении</p>				

<p>Урок № 1.</p> <p>Глаза-главные помощники человека. Как мы видим.</p>	<p>1ч.</p>	<p>орга-низма человека, функциях организма.</p> <p>Обеспечить развитие мыслительной деятельности и познавательного интереса.</p>	<p>Строение органа зрения.</p> <p>Формирование изображения на сетчатке.</p>	<p>Иллюстративно-объяснительный:</p> <p>беседа,</p>	<p>Фронтальная, групповая работа.</p>	
<p>Урок № 2.</p> <p>Заболевания глаз.</p> <p>Профилактика глазных заболеваний, предупреждение близорукости.</p>	<p>1ч.</p>	<p>Обучить мерам профилактики заболеваний организма и оказания I-ой помощи.</p> <p>Воспитывать гигиенические привычки, культуру здоровья.</p>	<p>Заболевания глаз: конъюнктивит, катаракта, глаукома, дальтонизм, близорукость, близорукость.</p>	<p>работа с учебными таблицами</p> <p>Частично-поисковый</p>	<p>Работа в парах.</p>	
<p>Урок № 3.</p> <p>Зубы человека: молочные и постоянные.</p>	<p>1ч.</p>		<p>Корректировка зрения. Подбор очков и линз, и уход за ними.</p> <p>Строение зубного аппарата человека. Понятие о молочных и постоянных зубах.</p>	<p>исследовательский.</p>	<p>Работа в группах по инстр.карте.</p>	

	<p>Урок № 4.</p> <p>Уход за зубами.</p>	1ч.		<p>постоянных зубах.</p> <p>Сходство зубов чело</p> <p>века и млекопитающ.животных.</p> <p>Взаимосвязь строения зубов с их функциями.</p>		<p>Групповая работа.</p>	
	<p>Урок № 5.</p> <p>Питание - необходимое условие для жизни человека.</p> <p>Состав продуктов.</p>	1ч.		<p>Уход за зубами.Правила выбора зубной щетки и зуб.пасты.</p> <p>Значение жевательн.</p>		<p>Фронтальная, групповая работа.</p>	
	<p>Урок № 6.</p> <p>Что значит «правильно питаться?». Нормы питания.</p> <p>Режим питания.</p>	1ч.		<p>резинки в гигиене полости рта.</p> <p>Значение пищи для организма человека.</p> <p>Состав продуктов.</p>		<p>Групповая работа по инструктивной карте.</p> <p>Практич. раб.№5</p>	
	<p>Урок № 7.</p> <p>Здоровая пища для всей</p>	1ч.		<p>Люди-вегетарианцы</p> <p>Что такое</p>		<p>«Определение срока годности продуктов,</p>	

	<p>семьи.</p> <p>Урок № 8.</p> <p>Экскурсия в школьную столовую. Знакомство со способами приготовления пищи, составлением меню.</p>	1ч.		<p>«диета»?.</p> <p>Правила и нормы питания. Режим питания людей разного возраста.</p> <p>Сроки хранения продуктов.</p> <p>Применение фруктов и овощей.</p> <p>Вред «фаст-фудов».</p> <p>Необходимость тепловой обработки продуктов питания.</p> <p>Способы сохранения полезных св-в продуктов.</p> <p>Технология приготовления некоторых блюд.</p> <p>Методика</p>		<p>состава продуктов».</p> <p>Экскурсия.</p> <p>Практическая работа № 6.</p> <p>Фронтальная, групповая работа.</p> <p>Фронтальная, групповая ра-</p>	
	<p>Урок № 9.</p> <p>Практическая работа № 6.</p> <p>«Составление примерного дневного меню».</p>	1ч.					
	<p>Урок № 10.</p> <p>Уход за ушами.</p>	1ч.					

			» угри, типы кожи Виды косметических средств, правила их применения.			
Урок № 13. Скелет – наша опора.	1ч.		Строение скелета человека, приспособления к прямохождению.		Работа в парах по инструктивной карте.	
Урок № 14. Правильная осанка – что это?	1ч.		Правильная осанка. Искривления		Работа в парах по инструктивной	

	<p>Урок № 15.</p> <p>Практическая работа № 7.</p> <p>Определение плоскостопия.</p>	1ч.	<p>позвоночника, их определения.</p> <p>Профилактика искривлений позвоночника.</p> <p>Правила посадки за партой.</p> <p>Плоскостопие.</p> <p>Правила определения плоскостопия.</p> <p>Профилактика плоскостопия</p>	<p>Частично-поисковый исследовательский.</p>	<p>карте.</p> <p>Практическая работа № 7.</p> <p>«Определение плоскостопия».</p>	
5	<p>Вредные привычки.</p> <p>Урок № 1.</p> <p>Что такое вредные привычки? Влияние курения на</p>	<p>4ч.</p> <p>1ч.</p>	<p>Актуализация знаний о привычках человека, условность деления на «вредные и полезные привычки».</p> <p>Влияние вредных привычек на</p>	<p>Вредные привычки- что это?Влияние курения на организм</p>	<p>Фронтальная, индивидуальная работа</p>	

<p>организм человека.</p> <p>Урок № 2.</p> <p>Влияние алкоголя на организм человека.</p>	<p>1ч</p>	<p>организм человека.</p> <p>Развивать умение противостоять вредным привычкам, творческие способности.</p> <p>Воспитывать нетерпимость к «вредным привычкам», культуру здоровья.</p>	<p>человека.</p> <p>Заболевания курильщиков: гангрена, туберкулез, бронхит.</p> <p>Почему люди употребляют спиртные напитки. Влияние алкоголя на организм человека.</p>			
<p>Урок № 3.</p> <p>Влияние наркотиков на организм человека.</p>	<p>1ч.</p>		<p>Виды наркотиков.</p> <p>Влияние наркотиков на организм человека.</p>			
<p>Урок № 4.</p> <p>Практическая работа № 8.</p> <p>Социологический опрос.</p>	<p>1ч.</p>		<p>ка. Профилактика наркомании, курения и алкоголизма.</p>		<p>Практическая работа № 8.</p>	

				Анкета «Что вы знаете о вреде курения»			
6	<p>Настроение и здоровье.</p> <p>Урок № 1.</p> <p>Что такое настроение?</p> <p>Урок № 2.</p> <p>Поведение и настроение в школе и дома.</p> <p>Урок № 3.</p> <p>Практическая работа № 9.</p> <p>Овладение приемами ауто-тренинга.</p>	<p>3ч.</p> <p>1ч.</p> <p>1ч.</p> <p>1ч.</p>	<p>Актуализировать знания о психологии человека как существа социального, о взаимосвязи настроения и поведения.</p> <p>Развивать умение работать с учебно-справочной литературой, творческие способности.</p> <p>Воспитывать коллективизм, культуру здоровья.</p>	<p>Что такое настро- ение? От чего зави- сит настроение че- ловека? Факторы, улучшающие наст- роение человека. Связь настроения и поведения. Человек и общество. Правила поведения в школе и дома. Способность</p>			Практическая работа № 9.

				<p>челове- ка контролировать свое поведение. Элементарные при- емы аутотренинга.</p>			
7	КВН «За здоровый образ жизни».	2ч.	<p>Обобщение полученных знаний. Развитие творческих способностей. Воспитание коллективизма.</p>	<p>Здоровье организма - в руках человека.</p>			

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

№ п/п	Темы занятий	Ко-во часов	Триединая дидактическая цель	Содержание учебного материала	Методы обучения	Формы организации учебных занят.	Требования к знаниям и умениям учащихся.	Форма контроля
1	Введение	1	Актуализировать знания уч-ся о роли курса «Уроки здоровья». Развивать познавательный интерес и творческие способности. Воспитывать научное мировоззрение и культуру здоровья.	Цели и задачи «Уроки здоровья». Опасные факторы здоровья человека. Значение своевременного оказания I-й медицинской помощи.	Беседа, рассказ, проблемный диалог, наблюдение, сравнение, описание	Работа в группах, защита результатов, частично-поисковая работа.	Понимать роль курса «Уроки здоровья», значение знаний о строении и функциях своего организма. Уметь проводить наблюдения, записывать результаты, делать выводы.	Выпуск брошюр «Кого называют здоровым человеком».
2	Наше здоровье. - Причины и признаки	12 ч.	Содействовать актуализации и углублению знаний о строении и функциях человеческого организма,	Причины и признаки заболеваний.	Беседа, рассказ,	Фронтальная работа,	Знать причины и признаки наибо-	

<p>болезней.</p> <p>- Виды болезней.</p> <p>- Инфекционные болезни.</p> <p>- Иммуитет, способы укрепления иммунитета.</p> <p>- Прививки от болезней: «за» и «против».</p> <p>- Аллергия. Пищевые аллергены.</p> <p>- Аллергии на лекарства и пыльцу растений. Укусы насекомых.</p> <p>- Какие врачи нас лечат?</p> <p>- Какие лекарства мы выбираем?</p> <p>- Что должно быть в домашней аптечке?</p> <p>- Здоровый образ жизни.</p> <p>- Тестирование «Твое</p>		<p>иммунитете.</p> <p>Развивать способности находить причинно-следственные связи между образом жизни и здоровьем.</p> <p>Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.</p>	<p>Понятие об иммунитете. Укрепление иммунитета. Что нужно знать о лекарствах.</p> <p>Понятие об «аллергии» и «аллергенах»</p> <p>Значение прививок в укреплении иммунитета.</p>	<p>анализ ситуаций, словарная работа, иг-ра, частич-но-поиско-вый метод, наблюдение, описание.</p>	<p>работа в группах, индивидуальная работа, сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Игра «На приеме у врача».</p> <p>Практич. работа №1. Составление перечня лекарств. средств для домашней аптечки.</p>	<p>лее распространенных заболеваний, способы укрепления и сохранения иммунитета.</p> <p>Уметь принимать верное решение при появлении симптомов того или иного заболевания.</p>	<p>Подготовка сообщений.</p> <p>Предоставление отчета.</p>
--	--	---	--	--	---	--	--

	здоровье».							
3	<p>Профилактика травм и оказание I-й медицинской помощи.</p> <p>Виды травм. Первая по мощь при ушибах.</p> <p>- Виды кровотечений. Оказание I-й медицинской помощи.- Растяжение связок и вывихи.</p> <p>-Первая помощь при пере ломах.</p> <p>-Тепловой удар Первая по мощь при перегревании и тепловом ударе.</p> <p>-Профилактика ожогов и обморожений.</p> <p>- Безопасность при любой погоде.</p> <p>- Оказание первой помощи при укусах змей, собак, кошек.</p> <p>-Первая помощь при попадании инородных</p>	21ч.	<p>Актуализировать знания уч-ся о возможных видах травм и поражающих факторах.</p> <p>Научить оказывать необходимую первую помощь.</p> <p>Воспитывать внимательность и сострадание к окружающим.</p> <p>Развивать творческие способности.</p>	<p>Виды травм, причины травм.</p> <p>Методы оказания первой помощи.</p> <p>Профилактика травм. Пожарная и электрическая безопасность.</p> <p>Правила безопасного поведения в быту.</p>	<p>Иллюстративно-объяснительный, практический.</p> <p>Частично-поисковый</p> <p>Иллюстративно-обобщающий.</p> <p>Репродуктивный.</p>	<p>Практич. работа №2. «Наложение компресса на ушиб».</p> <p>Практич. работа №3. Остановка кровотечения.</p> <p>Практич. работа №4.«Наложение тугой повязки».</p> <p>Практич. работа №5.«Наложение шины».</p> <p>Практич. работа №6. Первая по мощь при перегревании и тепло-</p>	<p>Знать причины возникновения травм, правила безопасного поведения в быту, правила пожарной и электрической безопасности.</p> <p>Уметь оказать себе и окружающим первую медицинскую помощь.</p> <p>Уметь объяснять другим, работать с теоретическим и иллюстративным материалом.</p>	<p>Взаимоконтроль</p> <p>Предоставление отчета.</p> <p>Выпуск санбюллетеня.</p> <p>Конкурс рисунков.</p>

									друзья»
									Предоставле ние отчета.
					Игра, сорев вание, групповая работа.	Игра- путешествие			Социологиче с- кий опрос.
								Уметь применять полученные зна- ния.	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

№ п/п	Темы занятий	Ко- во часо в	Цель	Содержание учебного материала	Методы обучения	Формы организации учебных занят.	Дата проведения
1	Введение	1	Актуализировать знания уч-ся о месте человека в живой природе, науках,	Место человека в живой природе.	Беседа, рассказ,	Практич. раб. №1 Измерение ан-	

			изучающих человека. Способствовать развитию познавательных интересов и творческих способностей.	Анатомия, гигиена человека. Антропометрические данные человека	диалог, сравнение, описание	тро- пометрических данных	
2	Вода и здоровье человека.	5ч.	Актуализировать знания о значении воды для здоровья человека, значение закаливания водой.	Значение воды для здоровья человека.	Беседа, рассказ, наблюдение, сравнение, работа со словарем.	Самостоятельная работа в группах.	
	Урок № 1. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.	1ч.	Способствовать выработке умений и навыков гигиены своего организма.	Закаливающие водные процедуры.	наблюдение, сравнение, работа со словарем.	Составление памятки «Правила безопасного поведения на воде».	
	Урок № 2. Гигиена тела.	1ч.	Обеспечивать развитие познавательного интереса.	Эстетические составляющие гигиены тела.	Частично-поисковый.	Практич. раб.№2	
	Урок 3. Закаливание водой.	1ч.	Воспитывать научное мировоззрение, стремление к здоровому образу жизни.	Методика закаливания водой		Разучивание игр и упражнений на воде.	
	Урок № 4. Правила безопасного поведения на воде.	1ч.	Научить правилам безопасного поведения на воде, играм и упражнениям на воде.	Порфирия Иванова.		Просмотр видео. фильма.	
	Урок №5. Игры и упражнения на воде.	1ч.	Развивать и воспитывать коммуникативные качества личности.				

3	Закаливание и здоровье.	3ч.	Актуализировать знания уч-ся о значении	Значение закаливания для организма. Виды закаливания. Гигиена закаливания.	Беседа, диалог, разучивание комплексов утренней зарядки.	Фронтальная и групповая работа.	
	Урок № 1. Значение закаливания для организма. Виды закаливания. Гигиена закаливания.	1ч.	и видах закаливающих процедур, иммунитете. Развивать умения выбирать наиболее приемлемые для себя виды закаливания. Развивать творческие способности уч-ся.	Историческая справка о создании системы закаливания. Правила закаливания. Значение игры и физической культуры в закаливании организма.	Иллюстративно-объяснительный: работа с учебными таблицами.	Составление вопросов анкеты. Практич. раб. №3 «Составление памятки «Правила закаливания»	
	Урок № 2. Значение физической культуры для закаливания. Разучивание подвижных игр	1ч.	Воспитывать культуру здоровья.			Практич. раб. №4 «Точечный массаж».	
	Урок № 3. Практическая работа «Составление памятки «Правила закаливания»». Викторина «О пользе закаливания».	1ч.					
4	Забота об организме человека.	15ч.					

<p>Урок № 1.</p> <p>Глаза-главные помощники человека. Как мы видим.</p>	<p>1ч.</p>	<p>Актуализировать знания о строении орга-низма человека, функциях организма. Обеспечить развитие мыслительной деятельности и познавательного интереса.</p>	<p>Строение органа зрения. Формирование изображения на сетчатке.</p>	<p>Иллюстративно-объяснительный: беседа, работа с учебными таблицами</p>	<p>Фронтальная, групповая работа. Работа в парах.</p>	
<p>Урок № 2.</p> <p>Заболевания глаз. Профилактика глазных заболеваний, предупреждение близорукости.</p>	<p>1ч.</p>	<p>Обучить мерам профилактики заболеваний организма и оказания I-ой помощи. Воспитывать гигиенические привычки, культуру здоровья.</p>	<p>Заболевания глаз: конъюнктивит, катаракта, глаукома, дальтонизм, близорукость, близорукость. Корректировка зрения. Подбор очков и линз, и уход за ними.</p>	<p>Частично-поисковый, исследовательский.</p>	<p>Работа в группах по инстр.карте.</p>	
<p>Урок № 3.</p> <p>Зубы человека: молочные и постоянные.</p>	<p>1ч.</p>		<p>Строение зубного аппарата человека. Понятие о молочных и</p>			

	<p>Урок № 4. Уход за зубами.</p>	1ч.		<p>постоянных зубах. Сходство зубов чело века и млекопита- ющ.животных. Взаимосвязь строе- ния зубов с их функциями. Уход за зубами.Пра- вила выбора зубной щетки и зуб.пасты.</p>		<p>Групповая работа. Фронтальная, групповая ра- бота.</p>	
	<p>Урок № 5. Питание - необходимое ус ловие для жизни человека. Состав продуктов.</p>	1ч.		<p>Значение жевательн. резинки в гигиене полости рта. Значение пищи для организма человека. Состав продуктов.</p>		<p>Групповая ра- бота по инструктив- ной карте.</p>	
	<p>Урок № 6. Что значит «правильно питаться?». Нормы питания. Режим питания.</p>	1ч.		<p>Значение пищи для организма человека. Состав продуктов.</p>		<p>Групповая ра- бота по инструктив- ной карте.</p>	
	<p>Урок № 7. Здоровая пища для всей семьи.</p>	1ч.		<p>Люди- вегетарианцы Что такое</p>		<p>Практич. раб.№ 5 «Определение срока годности продуктов,</p>	
	<p>Урок № 8. Экскурсия в школьную</p>						

<p>столовую. Знакомство со способами приготовления пищи, составлением меню.</p>	<p>1ч.</p>		<p>«диета»?.</p> <p>Правила и нормы питания. Режим пи- тания людей разно- го возраста.</p>		<p>состава продуктов».</p> <p>Экскурсия.</p>	
<p>Урок № 9.</p> <p>Практическая работа № 6.</p> <p>«Составление примерного дневного меню».</p>	<p>1ч.</p>		<p>Сроки хранения продуктов. Применение фруктов и овощей.</p> <p>Вред «фаст-фудов».</p> <p>Необходимость теп- ловой обработки</p>		<p>Практическая работа № 6.</p>	
<p>Урок № 10.</p> <p>Уход за ушами.</p>	<p>1ч.</p>		<p>продуктов питания.</p> <p>Способы сохранения полезных св-в</p>		<p>Фронтальная, групповая работа.</p>	
<p>Урок №11.</p> <p>Строение и значение кожи.</p> <p>Забота о коже.</p>	<p>1ч.</p>		<p>Технология приготовления некоторых блюд.</p> <p>Методика</p>		<p>Фронтальная, групповая ра-</p>	

	<p>Урок № 12.</p> <p>Возрастные изменения ко- жи. Применение космети- ческих средств.</p>	<p>1ч</p>		<p>составле- ния меню. Дневной набор про- дуктов. Калорий- ность продуктов. Сбалансированнос- ть меню. Строение слухово- го аппарата. Уход за ушами. Профилактика отитов и глухоты. Строение и значе- ние кожи. Оказание помощи при по- вреж дениях кожи. Возрастные измене- ния кожи.«Юношеские</p>		<p>бота. Фронтальная, групповая ра- бота.</p>	
--	---	-----------	--	--	--	---	--

				» угри, типы кожи Виды косметических средств, правила их применения.		
Урок № 13. Скелет – наша опора.	1ч.		Строение скелета человека, приспособления к прямохождению.		Работа в парах по инструктивной карте.	
Урок № 14. Правильная осанка – что это?	1ч.		Правильная осанка. Искривления		Работа в парах по инструктивной	

	<p>Урок № 15.</p> <p>Практическая работа № 7. Определение плоскостопия.</p>	1 ч.	<p>Позвоночника, их определения. Профилактика искривлений позвоночника. Правила посадки за партой.</p> <p>Плоскостопие. Правила определения плоскостопия. Профилактика плоскостопия</p>	<p>Частично-поисковый исследовательский.</p>	<p>карте.</p> <p>Практическая работа № 7. «Определение плоскостопия».</p>	
5	<p>Вредные привычки.</p> <p>Урок № 1.</p> <p>Что такое вредные привычки?</p>	<p>5ч.</p> <p>1ч.</p>	<p>Актуализация знаний о привычках человека, условность деления на «вредные и полезные привычки».</p> <p>Влияние вредных привычек на</p>	<p>Вредные привычки- что это?Влияние курения на организм</p>	<p>Фронтальная, индивидуальная работа</p>	

<p>Урок № 2.</p> <p>Влияние курения на организм человека.</p>	<p>1ч</p>	<p>организм человека.</p> <p>Развивать умение противостоять вредным привычкам, творческие способности.</p> <p>Воспитывать нетерпимость к «вредным привычкам», культуру здоровья.</p>	<p>человека.</p> <p>Заболевания курильщиков: гангрена, туберкулез, бронхит.</p>			
<p>Урок № 3.</p> <p>Влияние алкоголя на организм человека.</p>	<p>1ч</p>		<p>Почему люди употребляют спиртные напитки. Влияние алкоголя на организм человека.</p>			
<p>Урок № 4.</p> <p>Влияние наркотиков на организм человека.</p>	<p>1ч.</p>		<p>Виды наркотиков.</p> <p>Влияние наркотиков на организм человека.</p> <p>Профилактика наркомании, курения и алкоголизма.</p>		<p>Практическая работа № 8.</p>	

	Урок № 5 Практическая работа № 8. Социологический опрос.	1ч.		Анкета «Что вы знаете о вреде курения»			
6	Настроение и здоровье. Урок № 1. Что такое настроение? Урок № 2. Поведение и настроение в школе и дома. Урок № 3. Практическая работа № 9. Овладение приемами ауто-	3ч. 1ч. 1ч. 1ч.	Актуализировать знания о психологии человека как существа социального, о взаимосвязи настроения и поведения. Развивать умение работать с учебно-справочной литературой, творческие способности. Воспитывать коллективизм, культуру здоровья.	Что такое настроение? От чего зависит настроение человека? Факторы, улучшающие настроение человека. Связь настроения и поведения. Человек и общество. Правила поведения в школе и дома.			Практическая работа № 9.

	тренинга.			Способность челове- ка контролировать свое поведение. Элементарные при- емы аутотренинга.			
7	КВН «За здоровый образ жизни».	2ч.	Обобщение полученных знаний. Развитие творческих способностей. Воспитание коллективизма.	Здоровье организма - в руках человека.			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
7КЛАСС

№ п/п	Темы занятий	Ко-во часов	Триединая дидактическая цель	Содержание учебного материала	Методы обучения	Формы организации учебных занят.	Требования к знаниям и умениям учащихся.	Дата
1	Введение	1ч	Актуализировать знания уч-ся о роли курса «Уроки здоровья». Развивать познавательный интерес и творческие способности. Воспитывать научное мировоззрение и культуру здоровья.	Цели и задачи «Уроки здоровья». Опасные факторы здоровья человека. Значение своевременного оказания I-й медицинской помощи.	Беседа, рассказ, проблемный диалог, наблюдение, сравнение, описание	Работа в группах, защита результатов, частично-поисковая работа.	Понимать роль курса «Уроки здоровья», значение знаний о строении и функциях своего организма. Уметь проводить наблюдения, записывать результаты, делать выводы.	
2	Наше здоровье.	12 ч	Содействовать актуализации и	Причины и призна-	Беседа,	Фронтальная	Знать причины и	

- Причины и признаки болезней.	1ч	углублении знаний о строении и функциях человеческого организма, иммунитете.	ки заболеваний.	рассказ,	работа,	признаки наиболее
- Виды болезней.	1ч	Развивать способности находить	Понятие об иммунитете.	анализ	работа в группах,	распространен
- Инфекционные болезни.	1ч	причины-следственные связи между образом	Укрепление иммунитета. Что нужно знать о лекарствах.	ситуаций,	индивидуальная работа, сюжет-	ных заболеваний,
- Иммунитет, способы укрепления иммунитета.	1ч	жизни и здоровьем.	Понятие об «аллергии» и «аллергенах»	словарная работа, иг-	но-ролевая игра.	способы укрепления и сохранения
- Прививки от болезней: «за» и «против».	1ч	Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.	Значение прививок в укреплении иммунитета.	ра, частич-		иммунитета.
- Аллергия. Пищевые аллергены.	1ч			но-поиско-		Уметь принимать
- Аллергии на лекарства и пыльцу растений. Укусы насекомых.	1ч			вый метод,		верное решение
- Какие врачи нас лечат?	1ч			наблюдение,		при появлении
- Какие лекарства мы выбираем?	1ч			описание.		симптомов того
- Что должно быть в домашней аптечке?	1				Игра «На приеме у врача».	или иного заболевания.
- Здоровый образ жизни.	1ч				Практич. работа №1. Составление перечня лекарств.	
					средств для домаш	

	- Тестирование «Твое здоровье».	1ч				ней аптечки.		
3	<p>Профилактика травм и оказание I-й медицинской помощи.</p> <p>Виды травм. Первая по мощь при ушибах.</p> <p>- Виды кровоточений. Оказание I-й медицинской помощи.</p> <p>- Растяжение связок и вывихи.</p> <p>-Первая помощь при пере ломах.</p> <p>-Тепловой удар Первая по мощь при перегревании и тепловом ударе.</p> <p>-Профилактика ожогов и обморожений.</p> <p>- Безопасность при любой погоде.</p> <p>- Оказание первой</p>	<p>21ч.</p> <p>2ч</p> <p>1ч</p> <p>1ч</p> <p>1ч</p> <p>2ч</p> <p>1ч</p> <p>1ч</p>	<p>Актуализировать знания уч-ся о возможных видах травм и поражающих факторах.</p> <p>Научить оказывать необходимую первую помощь.</p> <p>Воспитывать внимательность и сострадание к окружающим.</p> <p>Развивать творческие способности.</p>	<p>Виды травм, причины травм.</p> <p>Методы оказания первой помощи.</p> <p>Профилактика травм. Пожарная и электрическая безопасность.</p> <p>Правила безопасного поведения в быту.</p>	<p>Иллюстративно-объяснительный, практический.</p> <p>Частично-поисковый</p> <p>Иллюстративно-обобщающий.</p> <p>Репродуктивный.</p>	<p>Практич. работа №2. «Наложение компресса на ушиб».</p> <p>Практич. работа №3. Остановка кровотечения.</p> <p>Практич. работа №4.«Наложение тугой повязки».</p> <p>Практич. работа №5.«Наложение шины».</p> <p>Практич. работа</p>	<p>Знать причины возникновения травм, правила безопасного поведения в быту, правила пожарной и электрической безопасности.</p> <p>Уметь оказать себе и окружающим первую медицинскую помощь.</p> <p>Уметь объяснять другим, работать</p>	

	<p>помощи при укусах змей, собак, кошек.</p> <p>1ч</p> <p>-Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.</p> <p>1ч</p> <p>- Профилактика отравлений угарным газом, дымом.</p> <p>1ч</p> <p>- Профилактика отравлений лекарствами и пищей.</p> <p>1ч</p> <p>- Чтобы огонь не причинил вреда.</p> <p>1ч</p> <p>- Как вести себя на улице.</p> <p>1ч</p> <p>- Опасности в нашем доме.</p> <p>1ч</p> <p>- Как уберечься от поражений электрическим током.</p> <p>2ч</p> <p>- Меры предосторожности при обращении с животными.</p> <p>1ч</p> <p>-</p>					<p>№6. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе.</p> <p>Практич. работа №7. Эвакуация из задымленного помещения.</p>	<p>с теоретическим и иллюстративным материалом.</p>	
--	--	--	--	--	--	---	---	--

	Анкетирование.	1ч						
	- Путешествие в страну зорвя.	1ч			Игра,соревнование, групповая работа.	Игра-путешествие		Уметь применять полученные знания.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

<http://www.bez.econavt.ru> Безопасность жизнедеятельности школы

<http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

<http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебное пособие [Текст] / Г.С.

Абрамов. - М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая

книга, 2000.- 624 с Аверин А. Н. Профилактика употребления

психоактивных веществ. Книга 2. Ижевск, 2013. Богатырёва Г.Л.

Практическому психологу: цикл занятий с подростками (10-12 лет).

Москва, 2006 г. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М., 1984.

Здоровый образ жизни. 7 класс М.Ю. Михалина, М.В. Лысогорская, М.А.

Павлова. – Саратов: Добродей, 2009. – 64 с. Лысогорская М.В.

Методические материалы проведения занятий с молодёжью по

актуальным проблемам подготовки к семейной жизни. Саратов, 1999г.

Михайлина М.Ю. Лысогорская М.В. Павлова М.А. Здоровый образ

жизни учебное пособие для учащихся. Саратов 2006г. Немов Р.С.

Психология М., 1995г Прутченков А.С. Социально-психологический

тренинг межличностного общения. М.: Знание, 1991 Основы здорового

образа жизни: Программа для средних классов общеобразовательных учреждений и методические рекомендации для учителя. Барыльник Ю.Б., Дмитриева Н.В., Елисеев Ю.Ю., Клещина Ю.В., Михайлина М.Ю., Остроумов И.Г., Орлов М.И., Павлова М.А., Петрова С.В., Рахманова Г.Ю., Свиначев М.Ю Саратов: «Добродетя», 2008 Прокументов Л.М. Права несовершеннолетних и их охрана в Российском законодательстве.- Томск 1997г. Родионов В.А. Ступницкая .

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://www.bez.econavt.ru> Безопасность жизнедеятельности школы
<http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»
<http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности.
Сайт Баграмян Э. <http://theobg.by.ru/index.htm> Институт психологических проблем безопасности <http://anty-crim.boxmail.biz>
Искусство выживания <http://www.goodlife.narod.ru> Портал детской безопасности <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
<http://www.rwd.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека <http://www.rospotrebnadzor.ru>
Федеральный центр гигиены и эпидемиологии <http://www.fcgsen.ru> Лига здоровья нации <http://www.ligazn.ru> Всероссийский форум «Здоровье нации – основа процветания России» <http://www.znopr.ru> Безопасность и здоровье: ресурсы, технологии и обучение <http://www.risk-net.ru>